

## **О вакцинации в вопросах и ответах**

1. *Какая вакцина против COVID-19 лучше всего подходит для меня?*

Все вакцины, зарегистрированные в России, эффективны и безопасны.

2. *Нужно ли мне прививаться, если я уже болел коронавирусом?*

Да, вам следует сделать прививку, даже если у вас ранее был COVID-19.

3. *Вакцины от COVID-19 могут встраиваться в ДНК?*

Нет, ни одна из вакцин против COVID-19 никак не влияет на вашу ДНК и не взаимодействует с ней.

4. *Могут ли вакцины против COVID-19 негативно повлиять на способность иметь детей?*

Нет никаких доказательств того, что какая-либо вакцина, включая вакцину против коронавируса может повлиять на фертильность у женщин или мужчин.

5. *Вирус мутирует. Будут ли вакцины работать против новых вариантов?*

Пока значимых изменений патогенов, способных влиять на течение болезни или эпидемический процесс не выявлено. Важно сделать прививку и продолжить меры по сокращению распространения вируса.

6. *Может ли вакцина против COVID-19 вызвать положительный результат теста на заболевание, например, ПЦР-теста и антигенного теста?*

Нет, вакцина против COVID-19 не может дать положительный результат ПЦР-теста или лабораторного теста на антиген.

7. *Могу ли я заболеть после прививки?*

После прививки от коронавируса (не из-за нее, а при последующем заражении вирусом) можно заболеть, описаны такие случаи. При появлении симптомов, в том числе ОРВИ у привитого человека, нужно немедленно обратиться к врачу и сделать ПЦР-тест.

## **Как вести себя после вакцинации**

После прививки отнеситесь максимально внимательно к своему здоровью:

1. У некоторых людей после вакцинации может возникнуть гриппоподобный синдром - повысится температура и др. Не у всех может быть такая реакция, но, если она есть - это нормально. Допускается симптоматическая терапия - можно принять жаропонижающие и противовоспалительные средства.

2. В первые три дня после вакцинации не рекомендуются интенсивные физические нагрузки, сауна. Принимать душ можно спокойно.

3. В первые три дня после вакцинации рекомендуется ограничить прием алкоголя.

4. Полноценный иммунный ответ на введение вакцины будет формироваться 35-42 дня, поэтому после вакцинации в течение этого периода необходимо соблюдать все меры предосторожности, чтобы не заразиться коронавирусом.

5. Пока нарабатывается иммунитет, необходимо носить маску, соблюдать социальную дистанцию, тщательно соблюдать правила личной гигиены.

6. Если после вакцинации или в промежутках между двумя прививками наступила беременность, не переживайте. Вакцинация не создает никаких дополнительных рисков и не представляет угрозы для здоровья нерожавших женщин и их будущего потомства.

7. Если вы уже вакцинировались, поделитесь своим опытом с друзьями и близкими. Возможно, именно Ваш пример станет важным напоминанием и придаст уверенности тем, кто этого еще не сделал.

### **7 преимуществ вакцинации:**

1. Сохраняет жизни
2. Предупреждает болезни и их осложнения
3. Прочная основа для здоровья и благополучия в течение всей жизни
4. Позволяет защитить не только человека, которому сделали прививку, но и окружающих
5. Помогает ограничить распространение устойчивости к антибиотиками
6. Вакцины безопасны и эффективны
7. Если прекратить вакцинацию некоторые инфекции могут вернуться

### **Как продезинфицировать гаджеты - рекомендации Роспотребнадзора**

Мобильный телефон, который мы практически не выпускаем из рук (причём в самых разных местах), может являться одним из главных источников бактерий и вирусов – возбудителей самых различных инфекций.

*Почему это происходит? Есть несколько основных причин:*

- мобильный телефон часто передаётся из рук в руки, да и владелец телефона далеко не всегда берёт его только что помытыми руками;
- мобильный телефон при разговоре подносится совсем близко к лицу;
- многие владельцы гаджетов просто никогда их не чистят, боясь повредить;
- многие берут мобильные телефоны с собой в туалет – место очень «богатое» различными возбудителями.

Особо важную роль может сыграть мобильный телефон как переносчик возбудителей гриппа, других вирусных респираторных инфекций и, в частности, коронавирусной инфекции COVID-19.

*Как избежать инфекции?*

- строго соблюдать гигиену рук – после посещения общественных мест и туалета всегда тщательно мыть руки в течение 20 секунд, после чего насухо

вытирать их одноразовым бумажным полотенцем. Крайне целесообразно иметь при себе антисептические салфетки или жидкие средства (гели, спреи и др.). Так всегда можно поддерживать чистоту рук даже при отсутствии возможности их вымыть.

- регулярно обрабатывать сам телефон антисептическими средствами, особенно там, где корпус гаджета соприкасается с лицом. Если есть чехол – то его при обработке нужно снимать и обрабатывать отдельно (а лучше вообще обходиться без него).

Для борьбы с вирусами гриппа и ОРВИ (и коронавирусами) лучше всего использовать салфетки и гели на основе спирта.

Телефон следует обрабатывать после каждого посещения публичных мест, общественного транспорта и т. д. И обязательно после окончания рабочего дня.

### **Информационные ресурсы по вопросам профилактики распространения коронавирусной инфекции**

Информационный проект Правительства РФ, Роспотребнадзора и Министерства здравоохранения РФ «СтопКоронавирус» - [stopcoronavirus.ru](http://stopcoronavirus.ru).

Единая горячая линия - 8-800-2000-112.

«Горячая линия» Мининстерства здравоохранения Башкортостана по коронавирусу - 8 (347) 286-58-27, 8 (347) 279-91-20,  
<https://health.bashkortostan.ru/activity/20815/>

Республиканский круглосуточный колл-центр - 8-800-201-89-03.

Единый консультационный центр Роспотребнадзора - 8-800-555-49-43.